

# Новый коронавирус (COVID-19)

## Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес Протокол открытия общественных пляжей для использования населением

Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес при поддержке специалистов в области науки и здравоохранения применяет поэтапный подход для того, чтобы позволить использование населением общественных мест способами, ограничивающими риск заражения COVID-19. **Соответственно, 13 мая округ Лос-Анджелеса вновь открывает общественные пляжи в ограниченном режиме, чтобы жители могли иметь больше возможностей для отдыха на свежем воздухе.** Оставаться физически активным – один из лучших способов сохранить психическое и физическое здоровье. Использование общественных пляжей может существенным образом помочь вам преодолеть стресс, получить доступ к свежему воздуху и витамину D, оставаться активным и безопасно общаться с природой. Во время пандемии COVID-19 крайне важно, чтобы вы следовали указанным ниже правилам о том, что МОЖНО и что НЕЛЬЗЯ делать для использования пляжей, чтобы поддерживать вас и других людей в здоровом состоянии.

### МОЖНО

1. Подготовьтесь к посещению пляжа.
  - a. Проверьте информацию о том, какие места открыты и услуги доступны для населения, возьмите всё необходимое с собой. С информацией о пляжах округа Лос-Анджелес можно ознакомиться на сайте [beaches.lacounty.gov](http://beaches.lacounty.gov).
  - b. В настоящее время пляжи открыты только для индивидуального и семейного активного отдыха, который ограничивается плаванием, серфингом, бегом и ходьбой.
2. Следуйте всем правилам, требованиям и любой размещенной информации об ограничениях доступа на данном пляже.
3. Запланируйте ограниченное время пребывания на пляже, чтобы дать другим людям возможность для активного пляжного отдыха, не создавая переполненность, которая может привести к закрытию пляжа.
4. Постоянно, как в воде, так и на суше, оставайтесь на расстоянии не менее шести (6) футов (2 метров) от других людей, за исключением членов вашей семьи.
5. Все должны носить покрытие для лица на суше, если поблизости есть другие люди. Младенцы и дети в возрасте до 2 лет не должны носить тканевые покрытия для лица. Дети в возрасте от 2 до 8 лет должны использовать покрытия для лица под присмотром взрослых, чтобы ребенок мог безопасно дышать, и чтобы избежать одышки или удушья. Люди с затрудненным дыханием или неспособные снять с себя маску или покрытие для лица без посторонней помощи не должны носить их.
6. Мойте руки как можно чаще водой с мылом в течение не менее 20 секунд или используйте дезинфицирующее средство для рук, содержащее минимум 60% спирта, особенно после посещения туалета, перед едой, и после сморкания, кашля или чихания.
  - a. Туалеты на пляжах будут открыты с соблюдением протоколов физического (социального) дистанцирования.
7. Не делитесь напитками или едой с другими людьми, за исключением членов вашей семьи.

### Рекомендации (не являющиеся требованиями):

1. Используйте солнцезащитный крем со степенью защиты не менее SPF 15 и наносите его повторно при нахождении на солнце дольше двух часов, а также после того, как вы вышли из воды, потели или вытирались полотенцем.
2. Возьмите с собой воду и дезинфицирующее средство для рук или дезинфицирующие салфетки, чтобы регулярно мыть или дезинфицировать свои руки.

# Новый коронавирус (COVID-19)

## Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес Протокол открытия общественных пляжей для использования населением

### НЕЛЬЗЯ

1. Избегайте переполненных людьми мест и не располагайтесь рядом с другими людьми на пляже.
2. Запрещено использовать стулья, навесы, кулеры, грили, а также сидеть или загорать на пляже.
3. Запрещено проведение собраний с любым количеством участников или любых других мероприятий на пляжах, включая спортивные соревнования, занятия молодежных лагерей или развлекательные программы.
4. Запрещено парковаться на пляжных парковках. Эти парковки остаются закрытыми.
5. Причалы, велосипедные дорожки, волейбольные площадки и променады остаются закрытыми, кроме случаев, когда потребителям необходимо получить доступ к объекту розничной торговли для получения предварительного заказа снаружи помещения, а также к помещениям служб жизнеобеспечения.
6. Торговля продуктами питания через лотки и торговые автоматы запрещена. Возьмите с собой все необходимое.

### Знайте, где можно получить достоверную информацию

Остерегайтесь мошенников, ложных новостей и фальсификаций вокруг нового коронавируса. Точная информация, включая объявления о новых случаях в округе Лос-Анджелес, всегда будет распространяться Общественным здравоохранением через пресс-релизы, социальные сети и наш веб-сайт. На нашем веб-сайте есть дополнительная информация о COVID-19, включая «Часто задаваемые вопросы», инфографику и «Руководство по преодолению стресса», а также советы по мытью рук.

- Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес (LACDPH, уровень округа)
  - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
  - Социальные сети: @lapublichealth

Другие надежные источники информации о новом коронавирусе:

- Департамент общественного здравоохранения штата Калифорния (CDPH, уровень штата)
  - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC, национальный уровень)
  - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

Если у вас есть вопросы, и вы хотите с кем-то поговорить, позвоните по номеру 2-1-1 на круглосуточную Информационную линию округа Лос-Анджелес.